

# 2025-2026 学年第二学期（3-6月）北京交通大学 《国家学生体质健康标准》测试预约须知

根据教育部对学生体质健康测试工作的要求，在校学生均要求参加体质健康测试。参加测试的学生在完成测试后，及时查看自己的测试数据是否已录入，参加测试项目不全者，本学年体质测试成绩综合评定为不合格。

## 1. 测试项目

男生：身高/体重、50米、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、引体向上、1000米

女生：身高/体重、50米、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐、800米

## 2. 测试地点

(1) 体质测试中心：身高/体重、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐（女）；

(2) 主区田径场西侧：引体向上（男）、50米；

(3) 800米（女）/1000米（男）以学院为单位，进行集体统一测试，测试时间为5月10日、5月16日、5月17日、5月24日9:00-11:00、14:00-16:00。

## 3. 测试学生

2023级、2024级、2025级没有体育课的学生

（已选修体育课的学生由任课教师带领在体育课上完成测试，毕业年级补测另行通知）

## 4. 测试办法

本学期没有体育课的同学采用个人预约的方式，在“步道乐跑APP”即约即测，并在预约时间参加测试。预约流程见附件1。

## 5. 测试时间

3月16日-5月29日（法定节假日暂停）

教学周第三周至第十三周工作日（周一至周五）

16:30-18:00（人数上限220人）

## 6. 预约时间：3月9日-5月29日

个人预约方式：“步道乐跑APP”即约即测

## 7. 理论测试时间：3月16日0:00-5月31日23:59

## 8. 补测时间：

身高/体重、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐（女）、引体向上（男）、50米：6月8日、6月9日、6月10日、6月12日（教学周第十五周周一、周二、周三、周五）16:30-18:00；  
800/1000米：6月11日（教学周第十五周周四）14:00-17:00。

## 9. 注意事项

（1）学生请按预约时间前来测试，随身携带身份证、校园一卡通，并向工作人员出示步道乐跑APP【我的预约】界面。

（2）如遇特殊情况不能按照预约时间参加测试，请在预约时间前在“乐跑APP”上取消预约，以免影响下次预约。

学生体质健康测试管理中心采取学生个人预约、限流量的方式进行体质健康测试工作，最大程度避免人员的过密接触。

## 10. 《学生体质健康标准》测试要求学生每学期必须完成，请在规定时间内完成所有项目的测试，过时不候，过期不补！！！！

## 11. 免测申请

因身体等原因需免测的同学，**需要同时提交“网上申请”和“书面申请”，两者缺一不可。**

- (1) 书面申请：《体质测试免测申请表》（已发给各学院电子版或到体质测试中心领取纸质版）和校医院出具的免测证明，于第13教学周的周五（5月29日）18:00之前将上述材料送交到学生体质测试中心备案。
- (2) 网上申请：需要在“步道乐跑APP”中提交申请，待审核通过后即完成免测申请。如审核不通过，请打电话或前往体质测试中心咨询。
- (3) **提交免测申请的学生，须完成理论考试并及格，当学期本课程总评成绩记为“D”。**

**咨询时间：8:30—11:30, 14:00—16:30（工作日）**

**咨询电话：010-5168 5441**

北京交通大学体质健康测试中心

2026年3月6日

附件：1. 体测预约流程

2. 体测申请免测流程、免测申请表和保健班申请表

3. 《体质健康教育与测试》课程与体测的关系

附件1:

## 2026年北京交通大学体质测试预约流程

2025-2026学年春季学期北京交通大学体质测试需要个人在步道乐跑APP上进行预约，具体预约流程如下：

1. 下载步道乐跑APP。

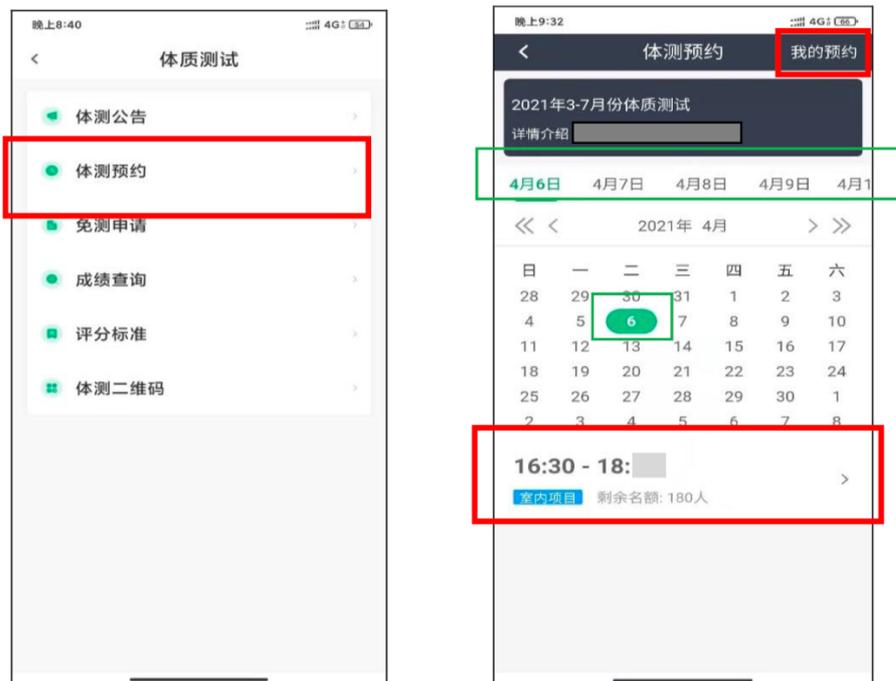


2. 打开步道乐跑APP，点击下方【校园】选项。
3. 点击【校园】选项页面中的【体质测试】模块。



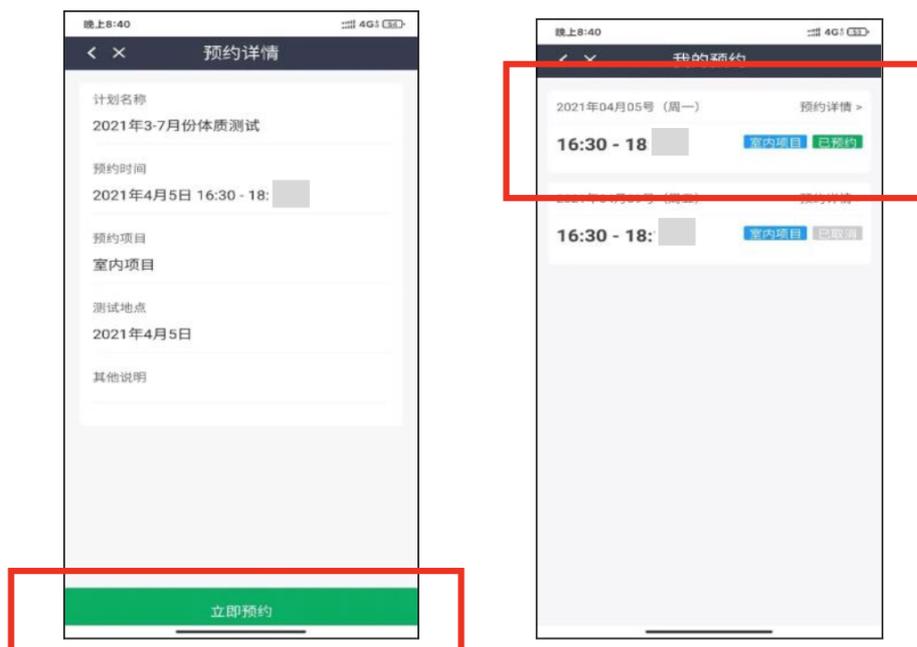
4. 点击【体质测试】模块中的【体测预约】。

5. 选择体测日期后，点击下方测试时间【16:30-18:00】进行预约。



6. 选择体测时间后进入【预约详情】界面后，点击下方立即预约即为预约完成。

7. 在【体测预约】右上角的【我的预约】界面可以查看自己的预约情况。



**备注:**

1. 参加体质测试时必须携带身份证和学生证（一卡通），缺一不可，否则无法测试。
2. 请提前进行预约并按照预约时间前来测试，测试前请提前准备好双证并出示步道乐跑APP【我的预约】界面。

附件2:

## 2026年北京交通大学体质测试免测申请流程

体质测试免测申请由两部分构成：书面申请和网上申请。

### 一、 书面申请

书面申请需要打印《体质测试免测申请表》进行填写，将《体质测试免测申请表》交给本学院盖章后，和校医院的免测证明一起，送交体质测试中心备案留存。

### 二、 网上申请

网上申请需要在步道乐跑APP中进行申请，具体申请流程如下：

1. 下载步道乐跑APP。

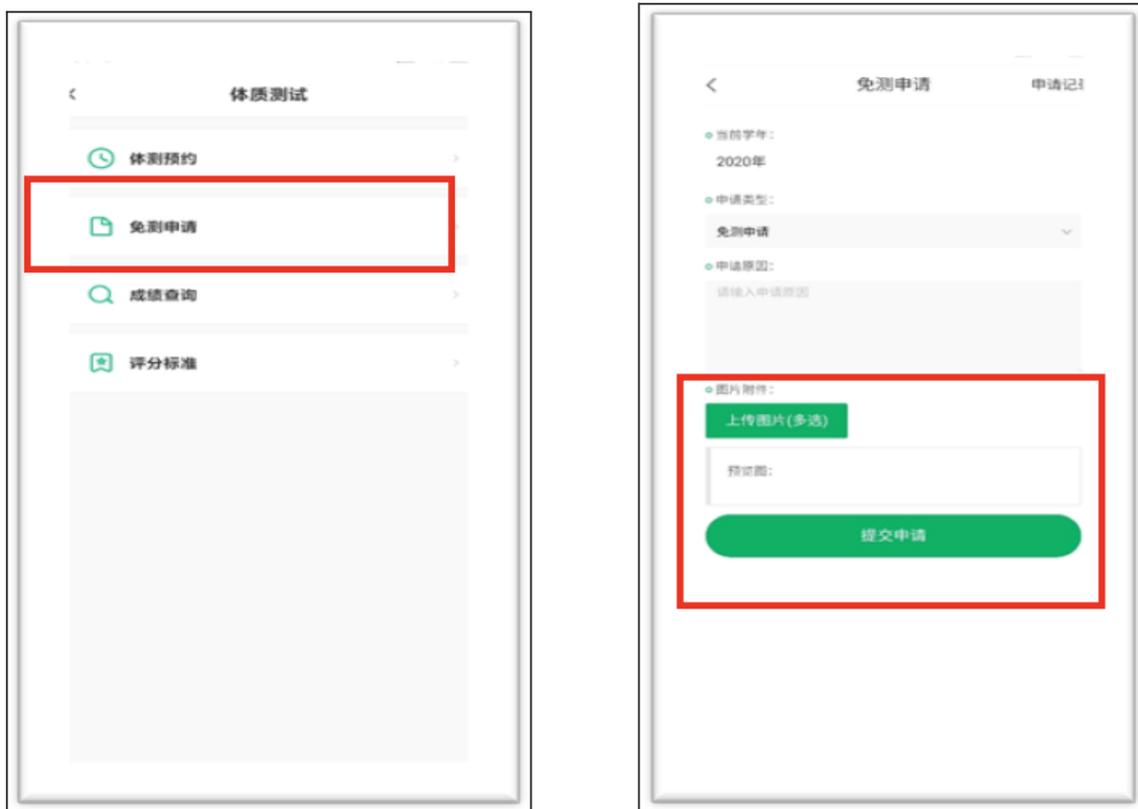


2. 打开步道乐跑APP，点击下方【校园】选项。

3. 点击【校园】页面中的【体质测试】模块。



4. 点击【体质测试】模块中的【免测申请】。



5. 根据页面提示，提交相关信息。图片附件中上传的图片应包括已经由学院盖章后的《体质测试免测申请表》和校医院或北京大学人民医院的医学证明。
6. 提交申请后，即为完成网上申请流程。由体质测试中心对相关信息审核。

### 三、 注意事项

网上申请和书面申请缺一不可，必须全部提交。提交免测申请的学生，如当学期没有体育课，则需要参加线上理论考试。

# 免于执行《国家学生体质健康标准》申请表

申请免测学期：2025-2026学年第二学期（2026.03-06）

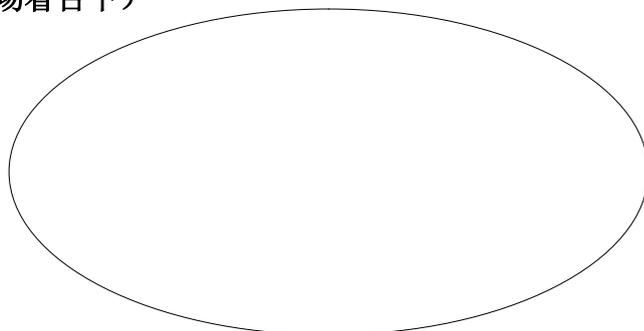
是否有体育课：

姓名		性别		年龄		联系电话	
学号		院系专业				班级	
申请理由							家长签字： 年 月 日
院系意见							主管领导签字： 年 月 日
体育学院意见							主管领导签字： 年 月 日

注：中等职业学校及普通高等学校的学生，由学生本人签字。

申请表填好后交到学生体质测试中心（西操场看台下）

申请表编号：



# 体育课保健办及保健生申请表

年度：2025-2026学年 季别：春/秋

姓名		性别		所在学院	
学号		体育班级		老师姓名	
上课时间			联系电话		
申请理由					
学生所在 学院意见					
任课教师 意见					
体育学院 教学科意见					
体育学院 意见（副主任）					
任课教师根据该生日常课堂见习表现、出勤率、志愿服务等进行考评，最高分数记为“D”。对于上述意见学生本人同意/不同意：					
学生本人签名：					
年 月 日					

注：请附校医院指定医生开具的免体证明，交送至新综合体育馆507室。

附件3:

## 2025-2026学年北京交通大学

### 《体质健康教育与测试》课程与体质健康测试的关系

1. 按照《北京交通大学本科生培养方案》，2022级、2023级、2024级和2025级学生每学期都需要参加《国家学生体质健康标准》测试。
2. 《体质健康教育与测试》课程成绩评价采用五级九段制。

2022级、2023级非毕业学年成绩构成:

(上学期+下学期)取平均分

2022级、2023级毕业学年成绩构成:

总评成绩为第7学期考核成绩

2024级、2025级体质测试教育与测试(上)成绩构成:

1-6学期考核成绩取平均

2024级、2025级体质健康教育与测试(下)成绩构成:

总评成绩为第7学期考核成绩

体测课程成绩=体测成绩\*80%+乐跑成绩\*10%+理论课成绩\*10%

百分制成绩	100-90	89-85	84-81	80-78	77-75	74-71	70-68	67-65	64-61	60	60以下
五级制成绩	A	A-	B+	B	B-	C+	C	C-	D+	D	F
课程绩点	4.0	3.7	3.3	3.0	2.7	2.3	2.0	1.7	1.3	1.0	0

3. 每学期有体育课的学生，完成20次乐跑，乐跑成绩记100分；理论课成绩记100分。没有体育课的学生，完成20次乐跑，乐跑成绩记100分；理论考试成绩是在规定时间内完成线上理论考试，按照实际考试分数记录。
4. 2022级、2023级每学年的“评优评先”工作等，以每学年上、下两学期中体质测试平均成绩（裸分）为准。

2024级、2025级在推荐免试研究生资格审核等排名时使用的体质健康教育与测试（上）的成绩。